

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

26 июня 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,9	7	23,5	181	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	41/12	2,4	0,9	23,2	109	4,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		8,9	36	0,04
Итого			413	8,5	7,9	55,6	326	4,94
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	69	0,5	0,1	10	44	2
Итого			69	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	55	0,9	2,2	4,2	42	7,3
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	189/9	4,2	4,5	14,5	119	11,7
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	67	9,1	11,3	8,2	170	1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	141	4,6	3,2	28,8	163	0,78
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	21,9	105	0
Итого			693	22,2	21,7	86,1	633	20,78
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	52	4,3	4,9	30	180	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	93	2,7	2,3	3,9	50	0,3
Итого			145	7	7,2	33,9	230	0,3
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	78	8,9	6,3	3,4	105	0,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,4	0,2	15,6	74	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,8	4	15,2	113	0,7
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	61	0,2	0,2	5,8	28	2,4
Итого			370	15,3	10,7	40	320	4
Всего				53,5	47,6	225,6	1553	32,02

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.